

3. 父母不能坦誠回答孩子的疑問，會說「不要問原因，照我說的去做」

4. 父母不能幫助孩子發展自我人格，會說「你不要辜負：我不准你作：」

5. 父母不把焦點放在重要的事情上，會說「你的房間永遠像個豬舍！」

6. 父母不表達肯定與接納，會說「難道你就沒有一件事可以作的好嗎？」

7. 父母不尊重孩子的朋友，會說「你在那裡認識這種朋友？」

8. 父母不能容忍孩子犯錯，會說「你看你總是作錯」

9. 父母不敢談敏感問題，會說「我們談點別的」

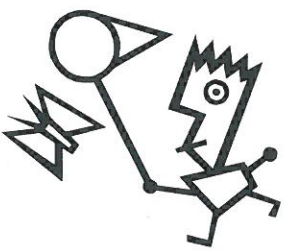
10. 父母不肯花時間陪孩子，會說「我現在很忙，你等會兒再來」



中國的父母是最願意栽培孩子的父母，我們常用盡心思、財力、精力來培育孩子進入理想的大學，並期盼他們長成為對社會有貢獻的人，但我們太將焦點放在孩子的智育及學業成績上，其實孩子的身體、智慧、人際關係及靈性的成長與發展都是很重要的，願我們都能避免上述的錯誤，與我們的青少年孩子一起成長。

【信望愛資訊中心】

<http://north.fhl.net/main/1k/1k1018189.html>



《親》拆字解釋

親字意味：辛苦看的見

辛下方之「撇」與「點」，表示一陰一陽，可以是夫妻雙方，可以是主管與部屬，可以是兄弟姊妹、同事、朋友之間。

只要彼此能看見對方的辛苦，進而體貼、感恩：

人與人之間就會很親很親。



傾聽與關懷

楊廣澤

正值青春期的青少年，情緒多變化，有如夏季的氣候——「晴時多雲偶陣雲」，令人捉摸不定，其實他們要的不多，只希望能獲得父母的了解與關懷罷了。

當青少年心情沮喪時，非常渴望有人能了解，特別是父母的了解與接納。父母的接納。父母的接納，並不意謂父要同意或認定孩子的意見、情緒及行為，而是付出關懷與了解。

通常情緒感受是看不見、摸不著的。父母要怎樣才能貼切地了解子女的感受，並且適當地表現出來呢？這須仰賴父母有效的傾聽。如果父母想了解子女的內心世界，只是靠語言交談是不夠的，而需要善加運用傾聽的技巧：

停：暫時停止正進行的工作，提供子女表達感受的時間與空間。

看：仔細觀察子女溝通時非語言的行為表現，如臉部表情行為，說話的音調與速度。

聽：傾聽子女說什麼，以了解話中含義。

當父母傾聽子女的談話

時，除了必須注意觀察子女的非語言行為外，還要有眼神接觸，但不是緊盯不放地注視，而是同時表現出專心、輕鬆、有興趣了解的表情，並適時回應「是的」、「嗯」、「我了解」等字句，偶而點點頭表示對子女談話的專注，以鼓勵子女繼續說下去。

父母傾聽子女所表達的感受後，應該對子女有所「回饋」，讓他覺得「我被了解了」。可是，父母並不可能完全明白孩子的意思，因此，可以把子女所敘述的話整理作成摘要，並表達他所隱藏的感受。反映傾聽時，不宜像錄音機，只重覆子女的話：也不要作闡釋或推論，以免易造成誤解，最好是將孩子所說的，用自己感受的字眼說出來，也就是要同理的關懷。例如：

孩子你覺得……，因為……。
聽起來你……，由於……。
你似乎……，大概是……。

像這樣簡單的反映傾聽，其措詞的方式，可多加練習。同時尤應注意音調語氣要溫和，肢體語言要自然，更能做正確而有效的傾聽，表現父母的關懷。

傾聽不是光聽子女說什麼而已，要運用停看聽的技巧，適時的反映傾聽。

若要了解子女心聲，父母需要多花時間傾聽，做個有心的傾聽者，才是關懷子女的具體作法。